

富山県における高校生のライフプランニング教育について

富山県教育委員会県立学校課
指導主事 河原 千里

1 とやまの高校生ライフプラン教育充実事業（平成27年度～）

(1) 背景

- ・ライフプランニング教育は、県総合計画、県子育て支援・少子化対策基本計画、県教育大綱、県教育振興基本計画等に位置づけ
- ・富山ならではの質の高い教育を行っていくための特色ある取組みや環境整備である「富山スタンダード」として事業を実施

(2) 特徴

① 主として、「家庭科」の授業の中で実施

- ・生活設計が学習指導要領の内容としてあること
- ・青年期の自立、子供の発達、高齢期の生活、衣食住や消費生活等、各単元の内容とで組み合わせながらライフプランニングの授業を行うことが可能

② 副教材を活用した学習と、校内外での体験を組み合わせる

- ・生徒の学びの深まり、意識の変容

③ 各学校の体験や外部人材の活用を県が支援

(3) 主な内容

① 副教材「とやまの高校生ライフプランガイドー自分の未来を描こうー」の作成、活用（県内高校1年生に配布、平成27年度～）

編集委員：県内家庭科教員

特徴：ア 実際に授業で使うことを想定し、問いかけやデータを配置

イ 地域で活躍されている方のインタビューも紹介

ウ 現在生活している身近な富山県の事例を盛込む

② 地域人材によるライフデザインセミナーの実施を支援

③ 産婦人科医等の特別授業の実施を支援

④ 高校生の赤ちゃんふれあい体験の実施を支援

⑤ 教員研修会の開催、指導事例の蓄積・共有

- ・研修会は、家庭科教員を対象（毎年）

（内容例 専門家や副教材でインタビューを掲載した方による講義、
県男女共同参画担当部局の説明、研究授業及び協議等）

- ・副教材を活用した指導事例（指導案及びワークシート例）を作成、デジタルデータを配布し共有（平成28年度）

- ・指導事例の追加や体験的な学習の実施の手引きの共有（平成30年度末）

2 取組みを通して

(1) 実施の推進力

- ・生徒にとって「記憶に残る授業」
ライフプランの授業を通して、将来の人生設計を考えることができた生徒の割合 75.3%（平成 29 年度）
- ・家庭科教員の熱意
ライフプランニング教育の意義を共有し、研究を継続
教員相互のネットワークを活かし、近隣の学校と連携しながら実施
- ・体験的な活動に対する学校全体の協力体制（管理職、学年、事務部等）や地域との連携

(2) 事業の拡がり

- ・中学生版の小冊子の作成、配布（平成 28 年度～）
- ・赤ちゃんふれあい体験の実施校の増加
平成 27 年度：20 校→平成 30 年度：30 校（予定）

3 今後の課題

- ・ライフプランニング教育の成果は数値化できないが、「生徒の人生の可能性を拓き、地域の未来を創る」ことをどのように共有していくか
- ・継続的な取組み、充実のための推進・協力体制の整備

(1) 学校教育活動の中での継続・充実のために

- ・キャリア教育との連携
- ・小中高の縦の連携
- ・担当教員の負担の軽減
- ・教員の研修の充実
（ライフプランニング教育は「生徒自身が自分ごととして考えることに意味がある」ことから、教員の指導力向上のための研修機会は常に必要）

(2) 予算の安定的な確保

毎年継続することにより、授業内容が充実する。地域とのつながり・信頼関係が形成され、学校としてのノウハウが蓄積できる。

(3) 関係機関・市町村等との連携

- ・県男女共同参画担当部局等との連携
（これまでも、県女性財団との連携により、ホームプロジェクト等高校家庭科の学習内容や、ライフプランをキーワードにした生徒の研究成果等を、県民共生センターで展示いただいている）
- ・体験学習で訪問する保育所等の協力、高校にふれあい体験に来ていただく参加親子の依頼（連携相手にも、高校生にも効果があることへの理解）

ライフプラン学習の授業事例報告

富山県立砺波高等学校 教諭 永井敏美

1 ライフプラン学習との出会い

2015～2016 年度 富山県ライフプラン教育研究委員会委員

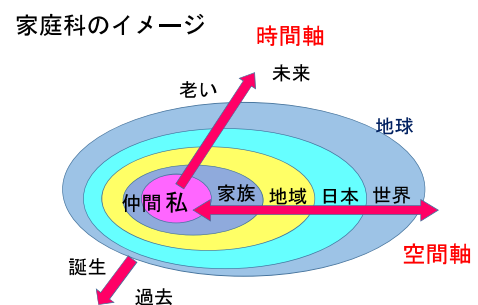
・副教材「とやまの高校生ライフプランガイド」および指導事例集の編集

2016 年度 文部科学省 ライフプランニング支援推進委員会委員

2 他者と関わりながら他者理解と自己理解を育む授業

(1) 自分と異なる立場にある人々との交流学习

- ・ 保育園訪問
- ・ 赤ちゃんふれあい体験
(子育て支援センターの利用者を授業に招く)
- ・ デイサービス、養護老人ホーム、
特別養護老人ホーム、老人保健施設訪問
- ・ 障害者支援施設訪問
- ・ 人生の先輩に聴く
(地域のいきいきシニアを学校に招く)



(図1)

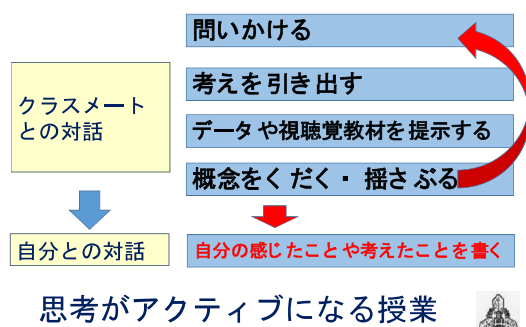
(2) クラスメートと関わりあいながら学ぶ体験学習

- ・ 高齢者疑似体験、妊婦体験、沐浴体験、車椅子体験、アイマスク体験
- ・ ペア学習、グループ学習

<成果と課題>

- ・ 五感を通して学ぶことで、学習への興味関心が高まる。
- ・ 乳幼児や高齢者に対して肯定的なイメージを持つようになる。
- ・ 自分が必要とされる体験や「ありがとう」という言葉に自己有用感が高まる。
- ・ 人生の時間軸の中での現在地を認識し、これからの生き方について考える。
- ・ 授業協力者（施設）とのコーディネートが大変である。自治体や施設の協力が不可欠である。

3 ライフプランガイドを活用した授業



(図2)

富山県では、ライフプラン教育に関する研究授業や教員研修を実施し、家庭科の教員一人ひとりが、各学校の生徒の実情に合わせて授業展開を工夫している。

本校では、結婚や出産を誘導することがないように配慮し、時事も取り入れながら多様な考え方や生き方があることに気づかせ、自分はどうのような人生を創っていきたいのかを考えさせている。授業では、常に生徒同士が話し合う場面を設け（他者との対話）、最後に自分の考えをまとめる（自分との対話）時間を設けている。

■とやま育ちの私

- ・これまでの自分を振り返り色と言葉で表現する。
- ・これからの人生で大切にしたいことをダイヤモンドランキングで表す。

■とやまで働く・暮らす

- ・富山県の就労や暮らしの特徴を知る。(特に女性の就業率が高いことや、M字型のくぼみが少ないことを確認する。)
- ・ベーシックインカムおよび障がい者の就労について学習し、「なぜ働くのか」について考える。

■パートナーと出会う

- ・結婚、独身のよいところや問題点などについて考える。
- ・晩婚化や非婚化について知り、未婚者の多くが将来結婚を希望していることや男女で相手に求めることが異なることを理解する。この違いが結婚に消極的になる要因にもなっていることから、結婚を希望する人がそれを叶えるための提案をする。
- ・LGBTsについて知る。

■いのちを育む

- ・生物学的に妊娠に適している時期はキャリア形成の時期と重なっていることを知る。
- ・赤ちゃんポスト、母体保護法、人工妊娠中絶、生殖医療、出生前診断について学習する。
- ・「親になること」、「理想の親」について考える。

■子どもとともに・とやまの子育てサポーター

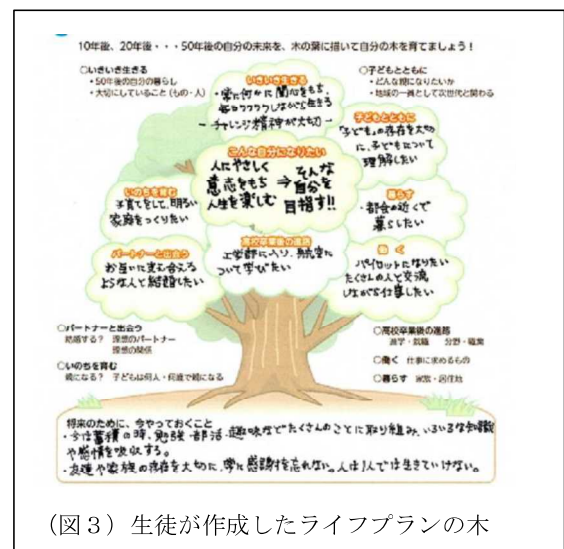
- ・モデル家族を例に、子育て家族の家族形態や、父親・母親のワークライフバランスについて考える。
- ・多様化する家族についてふれ、自分なりの「家族の定義」をつくる
- ・妊娠、出産、子育てに関する法律や諸外国の子育て支援について知る。
- ・地域の子育て支援について学習する。

■いきいき生きる

- ・認知症について理解する。
- ・いきいきシニアを紹介する
- ・高齢者の困りごとを考え、どのような支援が必要かを考える。
- ・50年後の今日の日記を書く。

■わたしたちの未来を創る・ライフプランを描こう

- ・ライフプランの学習を振り返り、ライフプランの木を描く。今やるべきことを確認する。



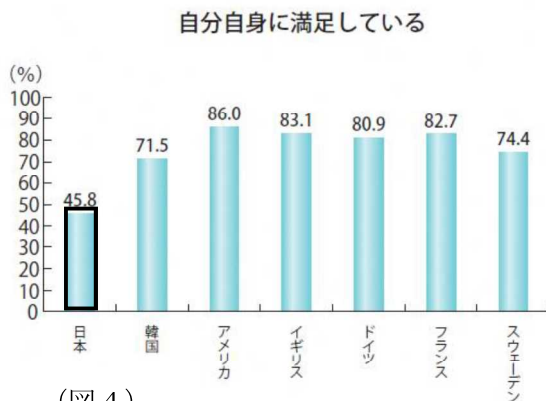
(図3) 生徒が作成したライフプランの木

4 ライフプラン学習で育てたい力（ライフプランガイド後書きより 富山大学教授 神川康子先生）

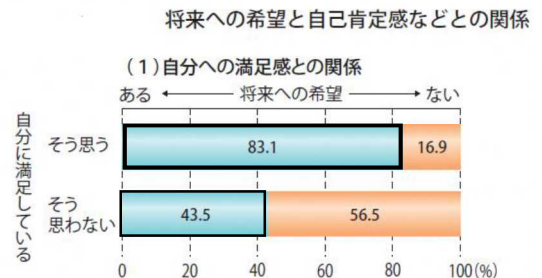
- ・将来を見通して生きていく力
- ・リスクを回避したり乗り越えたりする力
- ・他者と力を合わせながら生きる力
- ・自分が人生の主人公となる力
- ・次世代にバトンをつなぐ意識

これらの学習の基盤となるものが「自己肯定感」であると考えている。平成 26 年度の子ども・若者白書によると、日本の若者は諸外国に比べて、自分自身に満足している割合が低い。また、自分に満足している若者は、将来の希望があると答えた割合が高くなっている。（図 4、5）

ライフプラン学習では、教師が正解を示すことはできない。生徒自らが自分で考え行動する力を育むものである。家庭科では、お互いを認めあう活動や他者との交流活動の中で自己肯定感が高まる場面が多くあり、それをきっかけに生徒が自分と向き合い、これからの生き方を考える時間となっていると感じている。



（図 4）



（図 5）

（資料出典）平成 26 年度 子ども・若者白書 特集今を生きる若者の意識～国際比較から見えてくるもの～

5 家庭科の全ての学習がライフプラン学習

2016 年度の家庭科で何を学んだのかを書かせたところ、半数の生徒が「ライフプラン」という言葉を記述していた。しかし、その詳細はライフプランガイドを用いた学習だけでなく、衣食住、消費、保育、福祉、自立、家族等、全ての授業を含むものであった。このことから、家庭科の学習の全てが生徒にとっては、今の自分を見つめ、これからの生き方を考えることにつながっていることに気づかされた。それ以降、私自身も全領域でライフプラン学習を意識して取り組むようになり、最近ではSDGsとの関連も強く感じている。

<生徒のレポートより>

- ・僕は子どもが苦手で、なるべく関わりたいかと思っていた。保育所を訪ねた際、子どもたちが何を考えているのか何をしたいのか全くわからなかった。この時は、より子どもが嫌いになった。しかし、その後赤ちゃんとふれあった際、赤ちゃんを素直にかわいいと思った自分に驚いたことを、今でも思っている。赤ちゃんは何をするにも全力だということが伝わってきて、子どもが好きだと思うようになった。いろいろなところですれ違う子どもを、以前はあまり快く思わなかったが、元気だなとか、かわいいなと思うようになった。その分、心にも少しだけゆとりが持てるようになったと思う。僕は家庭科の授業を通じて、人生において大切なことを学ぶことができたと思う。
- ・家庭科はこれといった答えがない科目だと思っている。もちろん一般常識はあるが、高校 1 年生の今の時期に出した答えが必ずしも正解ではなくて、将来大人になってもう一度必ず考える機会があると思うので、その時にまた別の答えがでて全然だめなことではないと思う。家庭科は自分の人生に最後まで関わるものだと思う

た。

- ・自分が父親になる日が来たら育児をしようと思った。ここで大切なのは「手伝う」ではなくて「する」ということだ。これまでの自分は、育児は女性がして男性は手伝うという考えを持っていたけれど、家庭科で考えが変わった。
- ・僕はぜひ家事をしたいと思っている。夫婦で女性ばかりが家事をしていると聞いて、疑問に思った。男性が家事をしないのは、できない人が多いからではないかと思う。自分の家でも父や兄は家事をしないが、僕は積極的に参加するようにしている。家事ができないことは恥ずかしいことだと思っている。他の科目では味わえないような知識と感動があったと思う。もう1年くらいやってもいいのと思う。
- ・家庭科の授業はとても楽しかった。幅広い活動や、1つのことに対して理解や考えを深める活動を通して、家庭科で取り上げるテーマはこんなにも幅広いと気づくと同時に社会で生活するとはこういうことなのだとわかった。ライフプランの授業では、自分がどんな自分になりたいかを念頭に様々な視点から、それを実現するには、と考えた。自分の理想に気づくと同時に、そう全てもうまいかないのも現実ということに気づいた。不安になると同時に、この先何が起こるかかわからないと期待する気持ちもでてきた。
- ・一番印象に残っている授業は、と聞かれたとき、真っ先に浮かんだのは赤ちゃんとふれあったあの体験である。あの体験の前、僕は赤ちゃんを育てる大変さについて授業で学んでいて、「大人になったら父親になるべきだろうか。なれるだろうか。」と悩んでいた。しかし、授業で赤ちゃんとうふれあったとき、赤ちゃんから何か神秘的なものを感じ、命の尊さ、何より可愛いと思った。僕にもそんな純粋な時があったのかなあなどとしみじみ思い、父親になりたい、そして未来に命のバトンをつないでいきたいと思った。
- ・高校の家庭科には、自分と向き合う時間が多くあり、そこに中学校との違いを感じた。将来の自分について、世界で起きていることについてなど、普段あまり自発的には考えないことをたくさん考えた。また、自分のことについて考えてみて、「自分って、まだまだ自分のこと分かっていないんだな。」と何度も思った。グループでお互いの意見を交換したときは、意外だな、知らなかったなという一面を知ることができて嬉しかった。親とは将来について話す機会があるが、同学年の立場から意見を聞くことがなく新鮮だった。まずは、自分が何をしたいのかを考えて自分のしたいことを見つける。そこに周りの人がどんなふうに関わってくるのかとか、今度は周りの人のために何ができるのかを見つけたい。勉強も大切だが、それよりも大切なことがたくさんあるということ、を、再々思い出させてくれたのが家庭科の授業だった。
- ・1年間の家庭基礎を通して、両親や祖父母に強く感謝をした。子どもを育てるのは大変だし、料理をつくるのも大変だし、家事と仕事を両立するのは大変だ。そんな大変なことを今まで当たり前のようにして私を支えてくれていたことに今さら気づいた。高校生の私に、その感謝を全部返すことはできないけど、少しでも家の役割を担いたいと思って、ごみ捨ての仕事を受け持つことにした。そして、感謝を全部両親や祖父母に返すのではなく、将来私が結婚して子どもが生まれたとき、その子に自分がしてもらったことをしてあげられるようにしたい。保育所訪問や子どもの成長の学習で、子どもを育ててみたい、かわいいという気持ちが強くなった。
- ・私は一人っ子で自分より年下の子とは上手く関われない。自分からそういう機会を避けていた。授業で赤ちゃんとお母さんとふれあって、それから子どもへのイメージが変わった。かつては、うるさいし突拍子もないことをしたりわがままな生き物というイメージをもっていたが、お母さんと話したり行動を見ているうちに、泣いたりいろいろな挑戦したりすることは、大人になるために必要なことであると理解した。この間、いここに女の子が生まれて会いに行ったとき、かつての私では考えられないくらい赤ちゃんとうふれあうことができた。私は女性で、自分の体で人間を産み出せる。せっかく女性に生まれたのだから、赤ちゃんについて知り、子どもと仲良くすることは大切だから、もっと積極的になろうと思うことができた。一番心に残ったこと、考えさせられたことは、「自分とは何か」ということだ。私たちはこんなことをよく考える期間（思春期）にいるけれども考えるだけで解決する力はない。家庭科の授業を通して、解決していくために必要な力を身につけることができたと思う。

6 今後の課題

ライフプラン学習を、家庭科という教科の中で行うことによって、専任の教員が系統立てて学習できるメリットがある。しかし、家庭基礎2単位では十分な学習の時間を確保できないことや、校外の施設への訪問など、授業以外の時間の確保が必要な場合もあるので、校内の教員間においてライフプラン学習の認知度が高まり、内容によっては学校の教育活動の中に位置づけられることが望ましい。交流学习では、地域の自治体や施設の理解と協力は不可欠であり、対象者の保険料や報償費等の財政的な支援も必要であると考え。

また、家庭科教員は各校に一人の場合が多く、情報交換や研修の必要性を日頃から感じている。教員研修の講師派遣や報償費等の財政的支援があれば心強く思う。

家庭科通信

発行：富山県立砺波高等学校

家庭科

発行日：2017.12.20 発行

1 健康で安全な食生活を考える

—日本の若者は栄養失調である。是か非か—

サプリメントは

薬 or 食品？

20代の若者の食生活の特徴や、野菜を嫌いの子どもにサプリメントを与えている母親の事例をもとに、自分の食生活について考えた。(答：サプリメントは食品です)

- ・サプリメントは先入観によって悪とみられがちだが、僕は違うと思う。極端な野菜嫌いの場合、サプリメントを使用した方が明らかに栄養のバランスがよくなる。僕も、安全に気をつけてサプリメントを使用したい。
- ・健康で安全な食生活とは、数字の栄養量を満たすことではなく、食べることによって幸せな気分になったり、旬の食材が食べられることに感謝したり、家族や友人との会話の時間にしたりすることだと思う。
- ・サプリメントに頼ることがないよう、祖母を生きる教科書として料理を習っておこうと思った。

2 疑似体験

様々な疑似体験を通して、自分と異なる立場にある人について考えた。



▲車椅子体験



▲アイマスク体験



▲高齢者疑似体験



▲マタニティ体験

- ・城端線で通学している時に、車椅子を利用している人が乗り降りするのに車掌さんがスロープを取り付けているのを見ることがある。この授業を通して、そのような配慮の必要性を改めて感じる事ができた。
- ・車椅子に乗っている時は少しの揺れでも不安に感じたし、介助している時は人の命を乗せているんだという気持ちになった。両方の立場を体験できてよかった。
- ・何も言わずに車椅子を持ち上げられるととても怖かった。声をかけてもらおうと心の準備ができるため、声かけがとても大事だとわかった。
- ・アイマスクをして歩いた時、何も見えない環境は本当に怖く、介助者の声が頼りだった。通学で利用している駅のホームには点字ブロックの途中に柱がある。もし、目の不自由な方を見かけたら声をかけてあげたい。
- ・祖父母がいるが、歩くのが遅かったりテレビの音が大きかったりしてイライラすることがあった。しかし、今回の体験で、祖父母の状況がよくわかった。祖父母のペースに合わせて歩いたり、大きな声でゆっくり話しかけてあげたりしたいと思った。
- ・自分がこのような立場になったら、特別扱いをされるのはいやだと思った。だから、さりげなく気遣うようにしたい。

3 家庭クラブ活動

9月9日(土)に行われた砺高祭で遊休品バザーを実施し、その売上金34,284円を砺波善意銀行に預託しました。ご協力ありがとうございました。



12月14日(木)合唱部と家庭クラブのメンバー31名が南砺市の障害者支援センター花椿を訪問し、クリスマス交流会を行いました。利用者の方とともに、クリスマスソング、ボール運びレース、ダンスを楽しみました。



4 赤ちゃんふれあい体験

10月16日、17日、19日、砺波市内の子育て支援センターの利用者のべ17組の保護者と乳児を学校に招き、赤ちゃんふれあい体験を行った。事前にマタニティ体験や沐浴体験を行い授業に臨んだ。



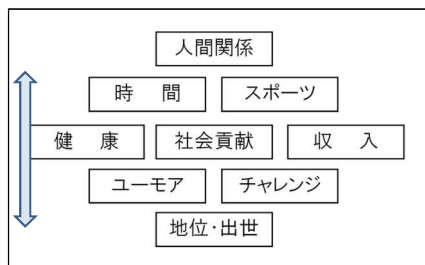
- ・赤ちゃんを抱っこしているお母さんがとても幸せそうで、見ているだけで自分も幸せになった。お話をしておられる間も赤ちゃんに触れる手が優しく、愛されているんだなと思った。赤ちゃんを抱っこさせてもらったときは、思っていたよりも小さかったけれど、体重以上の重さを感じた。穏やかな寝顔で寝ている赤ちゃんを見て、お母さんがあんなに幸せそうにしている理由がわかった。私が母親になるときのあれば、大切に愛してあげたい。
- ・赤ちゃんを産んで育てるのはとても大変だとわかってはいたけれど、あまり身近に感じられなかった。今日お話を聞いて、自分の母もこんなにも苦労して産んで育ててくれたことを痛感したし、将来自分もこのような経験をするのかと思うことができた。小さな赤ちゃんを目の前にしてお話を聞いて命の尊さを改めて感じた。一つの命が生まれるのはとてもすごいのだと思った。

5 ライフプランを考える



「とやまの高校生
ライフプランガイド」
富山県教育委員会発行

人生で大切にしたいもの
生徒が作成したダイヤモンドランキング



▲KJ法



▲ダイヤモンドランキング

これからの生き方についてライフ
イベントを交えて考えました



<学習のキーワード> ベーシックインカム 生涯未婚率
赤ちゃんポスト ワーク・ライフ・バランス 健康寿命

- ・「自分だったらどうするか」ということを毎回考えた。ペアやグループで話し合うことで、自分の考えが整理され、他の人の意見を聞くことで考えを深めることができた。
- ・人生という長い期間のことを考えたことがなかったので、とても新鮮な気持ちで楽しく授業を受けることができた。富山や日本、世界のことを学んで、社会のことを考えることも大事なことだと思った。
- ・結婚に求める条件は男女で違いがあったが、相手を理解するために日ごろから人とよい関係を築くことが大切だと思った。また、個人の努力だけでなく、社会制度やこれまでの考え方を変えていくことも必要だと思った。

6 2学期の授業で学んだこと

- ・家族とは何かについて再度確認することができ、家族を大切にしようと思った。どの授業にも人とのつながりを感じ、人とふれあうことの必要性、人間を豊かにしてくれるのは人間であるということ強く感じた。
- ・未来のことを本気で考える時間が多く、自分の将来像をイメージしていくという授業が私は好きだった。客観的に自分と社会を見ることで、これまで見えていなかった社会全体で守るべきもの、高齢者や障がい者といった社会的に弱い立場にある方のことなどがぼんやりと見えてきた。まさに「大人になるための授業」だったと思う。
- ・超高齢社会の今、子どもは本当に大切な存在であり、子育てをきちんと行うことがこれからの社会で重要なことだと思った。様々な人の立場に立って物事を考えると新しい気づきが多くあるので、自分と違う立場の人ともっと交流してみたいと思った。
- ・母がいないときに、調理実習でつくった鮭のホイル焼きをつくり、父に食べてもらった。とてもおいしいと言われて嬉しい気持ちになった。家庭科で学んだことで、人を笑顔にできることがすばらしいと思う。男も料理ができないとだめだと思ったし、将来は「イクメン」になりたいと思った。
- ・赤ちゃんふれあって、私にもこんな時があったのかと思うとともに、ここまで成長できたのはしっかり育ててくれた家族がいたからだ感謝の気持ちでいっぱいになった。将来は、新しい家族をつくり安心した暮らしがしたいと思った。これから出会う多くの人を大切に、たくさんのありがとうを伝えていきたいと思った。

冬季休業中の課題

【必修】家事労働レポート

【必修選択A】我が家の正月料理・【必修選択B】ホームプロジェクト

3学期の授業準備

一人暮らしを始める際にかかる費用を計算します。家電、家具、ホームセンターの広告を1人3～5枚準備しましょう。